NUMERO 13

Connessioni

DICEMBRE 2022

Editoriale

DI CAMBIAMENTI, ENTUSIASMI, FALLIBILITÀ UMANE ED EREDITÀ RESPONSABILIZZANTI

Dal 1 di dicembre Aspic Reggio Calabria ha una sede nuova. E, proprio a dicembre, risale il primo contatto tra Claudia Scuncia e il sottoscritto che ha dato origine a questa avventura. Il contatto primordiale è avvenuto su Messenger, luogo messaggistico che in realtà frequento poco. Un contatto come tanti altri, ma che ha avuto una storia diversa...

Beh, certamente diversa è l'energia, la passione e l'entusiasmo che Claudia mette in tutte le cose che fa (nel Counseling persino di più) e questo non poteva passare inosservato. L'entusiasmo divertito "stile Friends" che si respira oggi in ogni iniziativa di Aspic Piemonte-Liguria e Reggio Calabria è tanto "figlio" suo e tutto il Team glielo riconosce e ne trae beneficio. Ma Claudia non è solo entusiasmo, altrimenti avremmo fatto poca strada, Claudia è anche competenza, efficacia ed efficienza, voglia di migliorarsi SEMPRE, instancabilità nello studio e nell'approfondimento costanti. Se le chiedi una cosa, una qualsiasi cosa, stai certo che entro un'ora avrai almeno tre proposte operative su come poter fare quella cosa lì, tutte imbastite e magari una già quasi pronta... Solo una persona così poteva convincermi a dare vita ad un'idea così folle come quella di "sanare la storia" e cioè creare un ponte tra nord e sud e, più specificatamente, tra Piemonte (e Liguria) e Calabria (Reggio), che non sempre sono state proprio cheek-to-cheek nella formazione del Regno d'Italia prima e della Repubblica Italiana poi...
E invece eccoci qui. Allo scadere dell'anno e mezzo di lavoro (la prima attività ufficiale fu ai primi di giugno 2021 per tre giorni di workshop in presenza a Reggio sulla comunicazione), a fare un primo piccolo bilancio.

Le attività sono partite, alcune gratuite (ciclo "Attimi" su tutte), altre con un contributo spese minimo, altre più strutturate e impegnative come il Master in counseling o i Gruppi di crescita. Ad oggi abbiamo trovato una prima sede ad Aprile e questa a Ottobre (ma ci siamo entrati dal primo dicembre appunto). Non abbiamo speso un solo euro di tasca nostra e le attività proposte sono servite ad autofinanziarci le sedi, le spese e i materiali. Certo, guadagnarci è un'altra cosa ma, in fase di start-up, e appena usciti da una pandemia, credo non si potesse ambire a nulla di più. Sono partiti due Gruppi di Crescita e il terzo è in partenza, due Microcounseling condivisi con le sedi di Genova, Savona e Alessandria, 19 "Attimi" (a fine anno saranno 20), con molte "perle", la più luminosa delle quali è stata l'Attimo di bellezza con Paola Bonavolontà col ricavato in beneficienza. È partito il primo anno del Master in Counseling con partecipanti di e da Reggio Calabria e queste stesse partecipanti saranno a Roma a luglio 2023 alla Maratona nazionale (anche questo evento è di per sé storico e pionieristico). Abbiamo organizzato in fretta e furia una rassegna estiva interregionale (Liguria e Calabria) con partecipazione numerosa e allargamento delle conoscenze e delle presenze sul territorio. Insomma, un piccolo gioiellino in tempi davvero complicati...

CASERMA DEI VIGILI DEL FUOCO DI SIDERNO

STAZIONE FERROVIARIA DI ROSARNO

MUNICIPIO DI MOTTA SAN GIOVANNI

E, in tutto questo, noi a Reggio Calabria cambiamo casa. Passiamo da via San Pietro, 32 a Viale Pio XI, Traversa privata II, 10 Condominio San Pietro. Entriamo, in punta di piedi, tra i ricordi e il lavoro di una famiglia e un imprenditore edile che, in qualche modo, hanno fatto la storia di questi luoghi. Queste mura sono state sede dell'impegno di Giovanni Praticò e del suo lavoro duro di costruttore. Molti degli edifici simbolo di questa città e questa regione, sono stati pensati e realizzati a partire dalle mura che ci ospiteranno. Il Municipio Motta San Giovanni, la Stazione Ferroviaria di Pellaro, quella di Rosarno e la Caserma dei Vigili del fuoco di Siderno sono solo alcune tra le opere realizzate da questa storica impresa. Poter accogliere, all'interno di queste mura, i nostri clienti ed i nostri gruppi per svolgere le nostre attività è un onore e, allo stesso tempo, una responsabilità che ci assumiamo con gioia.

Tornando a noi, la notate anche voi una curiosa similitudine tra gli indirizzi delle nostre due sedi Reggine?

Si, proprio lui, Simon Pietro. Quello del "da oggi sarai Pietro e su questa pietra...". Su San Pietro Gesù costruì tutta la sua chiesa che è arrivata fino ai giorni nostri. Non voglio essere blasfemo, ma non vi nascondo che prendo questa cosa come un buon auspicio che illumini il cammino che stiamo facendo tutti insieme...

Ma San Pietro è anche tanto altro. Intanto è considerato il primo Papa e, non solo, fu il primo a battezzare un pagano! Dunque possiamo considerarlo a tutti gli effetti un precursore, un apripista. Come lo è probabilmente pensare di diffondere il Counseling in Calabria. Poi viene ricordato per essere stato un infaticabile predicatore e anche qui, con le dovute differenze, ci vedo una similitudine con il nostro "predicare" Counseling da anni e anni, anche contro le correnti contrarie. Fu anche perseguitato per le sue idee cristiane e qui non aggiungerei altro...

Ma, più di tutto, una cosa contribuisce a rendermi così affezionato alla sua figura... Fu maledettamente fragile e umano quando, dopo aver giurato e spergiurato sulla sua fedeltà a Gesù, non esitò a tradirlo per paura, per cedimento emotivo, per viltà. Questo, lungi dal rendermelo ostile o sgradito, ne compone un ritratto assai più verosimile, nel quale io, ed ognuno di noi, possa identificarmi maggiormente. In un'epoca di supereroi (come canta Cremonini), chissà quanto reali e quanto ostentati e gonfiati, io mi riconosco e sto sempre dalla parte di chi sbaglia, cade, si rialza con fatica e riprende con più voglia di prima... Solo chi non fa non sbaglia mai...

Buon inizio a noi e restate sintonizzati perché a gennaio 2023 faremo l'inaugurazione ufficiale!

Connessioni

Indice

In questo numero:

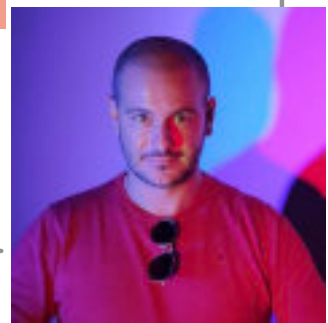
#FUTTITINDI COUNSELING:
L'ARTE DI VIVERE LA VITA CON CONSAPEVOLEZZA E LEGGEREZZA

Dopo 6 mesi di "Accordi...in Essere", Claudia chiede di scrivere qualcosa sul percorso concluso e visto che sto mettendo in pratica il "Si" alle richieste che mi arrivano da persone che stimo, cioè l'andare avanti e il lanciarsi senza troppe pippe mentali del tipo "non sono ancora pronto" o "non so cosa dire" o "non ho tempo", ho accettato la richiesta e così ecco a voi un pezzo che vuole far riflettere sul modo di dire calabrese: "Futtitindi".
Un "Mood" da me brandizzato su cappellini e magliette, per ricordarmelo ogni giorno e creare intorno a me un po' di leggerezza e consapevolezza perché credo ce ne sia molto bisogno in questa nostra epoca storica.
Ok, bando alle ciance: ti starai chiedendo: "Ma cosa significa Futtitindi?". E, soprattutto, "Cosa c'entra con il Counseling?".

Futtitindi significa: "Fregatene", nel senso di "Lascia andare" le cose superflue e di "Prendila con filosofia", affinché la tua attenzione possa gestire le situazioni con leggerezza e possa estrarre un'esperienza di vita dagli eventi, anziché dai giudizi limitanti su di sé, sugli altri e sul mondo.
Significa dare tempo al tempo, perché non tutti siamo sempre pronti a tutto. E non c'è niente di male. Quindi diamoci il tempo, il nostro tempo, senza giudicarci e farci giudicare.
Allo stesso modo, diamo il tempo all'altr* di essere e di volere ciò che vuole senza giudicarlo, anche se non condividiamo quello che vuole e sta facendo.
Significa accettare in modo positivo ed incondizionato l'altr* e avere fiducia nella tendenza attualizzante (Rogers docet).

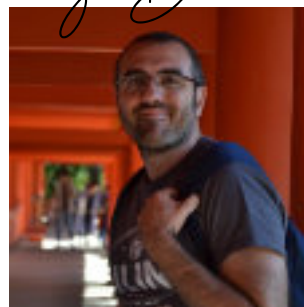
Significa anche ricordarsi che ognuno di noi tende a portare avanti un "copione di vita" dal sistema familiare e che anche i nostri genitori hanno dei copioni di vita e così via (Berne docet).

Nel momento in cui c'è qualcosa che non va nella nostra relazione con il lavoro, il partner e la famiglia, basta ricordarsi che sono anche loro essere umani con i loro copioni di vita, prima di tutto, per prenderla con più leggerezza e accettazione e vedere l'amore dietro l'apparenza. Ecco perché Futtitindi e Counseling sono un connubio perfetto.
Negli ultimi 10 anni della mia vita ho avuto la fortuna di poter sperimentare decine di "discipline" sulla comunicazione e sulla relazione, ma nessuno mi ha mai dato tanto quanto il Counseling e la Relazione che si instaura con il Counselor. Ho sperimentato negli anni che anche se sono co-creatore della mia realtà, a volte non bastava volere cambiare un periodo triste o fortemente stressante per poterci riuscire, ho avuto bisogno di parlarne a qualcun* e mi sono reso conto nella vita che il Counselor con cui ho interagito, è stato molto meglio di un amico, un parente, uno psicologo, uno psicoterapeuta o guru di turno, perché ha avuto degli strumenti per accompagnarmi senza darmi consigli e giudizi e farmi trovare la MIA strada e la MIA soluzione perché lui ha avuto fiducia nelle MIE capacità e ha creduto nella mia esperienza di vita unica ed irripetibile. Sì, ci sono varie scuole di pensiero e di formazione per counselor e non c'è una chiarezza o una linea condivisa e quindi sono consapevole che quello che dico non sia assoluto per tutti, perché ci sono counselor e Counselor, come del resto ci sono medici e Medici, ingegneri ed Ingegneri, insegnanti ed Insegnanti. Anche se hanno un titolo universitario, un ordine professionale e un obbligo formativo, tutto ciò non garantisce la qualità e la professionalità, quindi anche la campagna diffamatoria degli psicologi contro i counselor non sta in piedi. Non è una laurea che fa la competenza, del resto ci sono migliaia di esseri umani nella storia che, senza una laurea, sono stati dei geni e hanno migliorato la qualità della vita dell'umanità grazie alle loro competenze e scoperte, come ad esempio Charles Dickens, Mark Twain, G.B. Shaw, Jack London, Jack Kerouac, Harper Lee, Mark Zuckemberg, Bill Gates, Steve Jobs, Henry Ford, Piero Angela, Enrico Mentana, Roberto Benigni, Eugenio Montale, Dario Fo e molti altri.
A tutti coloro che leggono questo articolo voglio far riflettere sul concetto di "humus".
Humus è un materiale organico, è una *rielaborazione della sostanza organica del terreno*, che rende molto fertile un terreno e quindi fa crescere delle radici di un albero abbastanza forti per poi portare sull'albero i suoi frutti.
Ognuno di noi ha il suo humus, le sue radici e la sua specialità in questo universo dove siamo tutti connessi con ognuno e pertanto la nostra biodiversità può convivere e arricchirsi con quella degli altri, contaminandoci a vicenda.
Quindi, se ti trovi in un momento di vita difficile, prendi in mano il tuo Humus e trasformalo. Se riesci fallo da solo e se non riesci fatti aiutare per trasformarlo in sostanza nutritiva da un Counselor e, mi raccomando, #Futtitindi!

Samuele Di Iorgi

WA-KEI-SEI-JAKU

IL LABORATORIO DI COUNSELING E LA CERIMONIA DEL TÈ GIAPPONESE

Molte volte il counseling viene presentato sotto forma di laboratorio esperienziale. Si strutturano cioè una serie di esperienze da presentare ad un gruppo legate da un tema e da un comune obiettivo. La difficoltà sta, oltre che nella definizione di un obiettivo accattivante, nel rispetto della disciplina stessa del counseling e delle sue modalità di attuazione. I principi di base che legano e orientano alla definizione di un workshop, di un seminario o di una singola esperienza guidata seguono un processo descritto da un ciclo gestaltico definito all'interno di un clima di rispetto e armonia. Un flusso rotondo che favorisca il legame tra partecipanti, setting e dinamiche in atto si può ritrovare nell'espressione culturale giapponese dell'antica cerimonia del tè. Armonia, Rispetto, Purezza e Tranquillità sono i quattro elementi che stanno alla sua base e a cui i partecipanti si rifanno per il fluire corretto delle varie parti che la costituiscono. Il primo principio, ossia quello dell'Armonia (wa), scaturisce tra ospite e invitato tra i quali, in una cornice di realtà che li pone sullo stesso livello, avviene uno scambio alla pari in un ritmo cadenzato dalla calma e tranquillità dell'ambiente. Il secondo principio, quello del Rispetto (kei) deriva dalla condizione armonica del primo principio e identifica il riconoscimento sia dell'ospite che dell'invitato. In analogia con il counseling, counselor o conduttore del laboratorio e partecipanti si riconoscono e sono riconosciuti all'ingresso stesso di un ambiente prescelto per svolgere una attività. La finalità è quella di creare da subito una condizione per poter agire in un clima di riconoscimento effettivo di ogni persona presente. Per trascorrere il laboratorio in un clima di rispetto e armonia, è necessario che anche le stanze siano curate affinché si percepisca il senso di Purezza (sei) che si contraddistingue nel terzo principio della cerimonia del tè e a cui partecipano sia l'ospite sia gli invitati. La purezza sta nel riordino e nella cura stessa della stanza che si offre da setting e tale riordino conduce alla sperimentazione di una purezza della propria mente che si libera, o tenta di farlo, dalle scorie del quotidiano che vengono lasciate fuori dalla porta di entrata. Con queste caratteristiche, l'intento è quello di facilitare il raggiungimento del quarto principio cerimoniale, la Tranquillità (jaku). In questo senso, nella cerimonia si sperimenta l'alto senso di tranquillità. Quest'ultima è intesa come una sperimentazione soggettiva e profonda degli altri tre principi. La condivisione con l'altro induce al raggiungimento di uno stato armonioso di essenza.

Lorenzo Dorati

DOPO UNA SUPERVISIONE

Buongiorno, questa mattina mi sono svegliata esausta, come se ieri sera avessi fatto un allenamento fisico, come quando mi allenavo. Ti ringrazio della tua supervisione, perchè mi hai fatto notare cose che nemmeno in 10 incontri di counseling individuale, avevo tirato fuori. Nel colloquio che ho fatto ieri c'era troppo di me. La mia cliente per me è uno specchio. Ho capito soprattutto cosa non deve esserci in un colloquio di counseling. Ieri mi sono preoccupata della mia prestazione, del mio essere tranquilla, non di trasmettere tranquillità. Mi sono persa nel racconto e l'ho fatto mio, invece bisogna ascoltare e mettersi da parte... In questo ho "focalizzato il mio andare oltre". Il sostenere è la mia esigenza di essere sostenuta e questo perchè mi manca la relazione con l'altro (e qui forse una mia compagna ha centrato l'argomento della mia solitudine). Mi sento sempre spettatrice e, quando penso di aver creato relazione, do pareri che non mi vengono chiesti, sostegno che non è voluto, soluzioni non richieste e invado l'altro....... È qui che la mia relazione si spezza. Forse non avrei dovuto fare quel rimando iniziale così lungo e articolato. Ho provato, non si fa. Ok, non era il mio colloquio era quello della cliente. Non riesco proprio a sentire quando mi dici "sei brava" mi guardo sempre dietro come se ci fosse qualcun'atro. E invece ci sono solo io... Alla fine del colloquio con la mia cliente non ero convinta nemmeno io di quello che stavo dicendo, cercavo una frase ad effetto...

Diciamolo pure, una grande stupidata...

Margherita Melli

Ci sono giorni....

Ci sono giorni in cui anche dopo ore e ore e ore di formazione in cui parli di accettazione, di amore per sé, di nutrimenti e di consapevolezze ...

ci sono giorni in cui ...

...senti tutte le tue parti inziare a sfidarsi, senti il tuo caro critico interiore prenderti in giro e dirti "te l'avevo detto io" e fatichi a non cedere, fatichi a non abbassare la guardia e senti arrivare il sangue agli arti che si preparano per la battaglia....o magari la guerra, che sia una e una volta per tutte e in cui una di queste parti possa vincere e mettere a tacere per sempre l'altra...e senti....un nodo alla gola, strozzata da quella parte che ti dice "vabbè stai zitta, va... che anche stavolta ha ragione LEI"....e il cuore battere all'impazzata...una corsa al galoppo interrotta.

...ecco, proprio così, il mio cuore! Come un cavallo che scalpita da fermo, che corre senza correre...

È il momento di una supervisione, è il momento di una consulenza...perché anche dopo ore e ore di formazione, ore e ore di aula, ore e ore di consapevolezza...ci sono giorni in cui il counselor ha bisogno del Counselor!

...E io ti chiamo ❤️

DIALOGHI DALL'UNIVERSO

Arrivo oggi pomeriggio in palestra, incontro una mia compagna del liceo, che era la secchiona cattiva del liceo (quella che rideva se ti andava male il compito) e che non vedevo da quei tempi.

Uguale uguale ai tempi del liceo, non accenna un sorriso.

Mai.

Sembra disegnata così. Io comunque la riconosco e mi fa piacere, dài, non la vedo da 26 anni, penso: "E mizzica, qualcosa mi vorrà pur dire l'Universo!".

Insomma...Che fai, che non fai...Lei è una psicoterapeuta. Lo fa con inevitabile pudica mestizia, come ai tempi del liceo.

Io: - Maddài che figata, sarebbe piaciuto anche a me! E pensa che ora mi sono persino iscritta ad un corso di formazione per diventare counselor!

Lei resta impassibile nel suo dolore, io, intrepida:

- Forza, dammi il tuo punto di vista...

- Diciamo che noi psicoterapeuti lo sconsigliamo, tranne che non sia un percorso personale.

- Ma per questioni non proprio patologiche non è sufficiente il supporto di autoesplorazione di un counselor?

- No. (Occhi sbarrati). Rischi di fare solo danno. Nemmeno la laurea in psicologia è sufficiente. Ci vuole la scuola di psicoterapia! E anche là...Se non è più che valida, non serve a niente! Di studio ci vogliono almeno 10 anni!

Cala il sipario, e si allontana con tutti i suoi angoli genuflessi (bocca, spalle e ginocchia).

Mi faccio la mia oretta di palestra zen, il primo istruttore mi chiede cos'ho, il secondo pure.

Mi sposto di sala, e incontro il terzo. Fingo di essere concentrata per non aver rivolta la stessa domanda e dopo dieci minuti assisto al colloquio che di seguito riporto.

(Fanciullo): "Ma per fare il tuo lavoro cosa si deve fare?"

(Istruttore): "Puoi fare l'università, oppure dei corsi brevi".

(Fanciullo): "E c'è differenza?"

(Istruttore): "Se ti laurei, oltre a fare l'istruttore, puoi fare anche l'allenatore di atleti professionisti, ma i corsi ti bastano anche per allenare a livello dilettantistico".

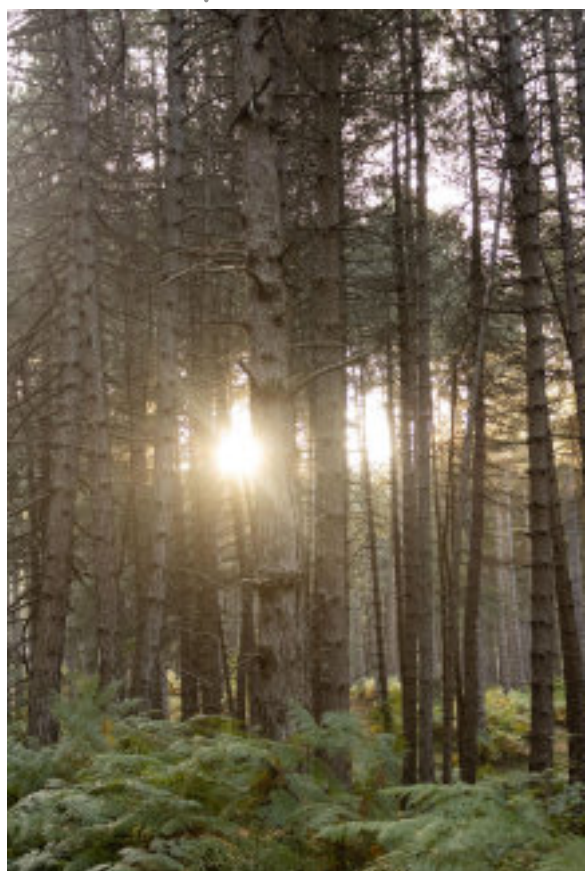
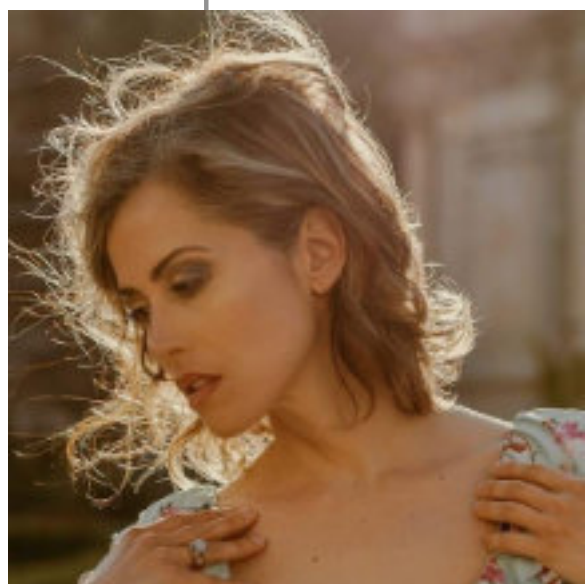
L'istruttore sorrideva, il ragazzo pure, io anche.

Sorriso batte genuflessione 3 a 0.

PRIMI COMPLEANNI

Pensavo che sono un paio di mesi che noi di Aspic Piemonte-Liguria e Reggio Calabria festeggiamo "primi compleanni". Di "Attimi", della ripresa massiccia dei Gruppi di Crescita, di "Connessioni", il nostro giornalino e oggi, 13/11, anche del Centro Counseling Arbor Vitae. In effetti è quantomeno singolare festeggiare la ricorrenza del primo anno quando la cosa che stai festeggiando è la tua vita da quasi 23 di anni... Eppure è proprio ciò che succede a questo nostro Team... Festeggiamo la rinascita, la resilienza, la capacità di piegarsi alle intemperie, ai tradimenti, agli attacchi interni ed esterni, alle pandemie, alle onde alte 13 metri senza per questo spezzarsi... Una volta che le onde si sono placate ritrovare la propria barca, magari un pochino più scossa e acciaccata e, allo stesso tempo, con una voglia intatta di ripartire per un nuovo viaggio, con entusiasmo rinnovato. Noi ci siamo, più e meglio di prima e siamo felici di festeggiare. E abbiamo festeggiato il primo compleanno del Centro Counseling Arbor Vitae con clienti, ex-clienti, allievi, ex-allievi, colleghi e amici... E poi abbiamo proposto il workshop "Le credenze sono mobili?" dalle 18 alle 20. Il numero massimo di partecipanti che avevamo deciso era di 10 persone anche se poi abbiamo accolto la richiesta dell'ultimo momento di un undicesimo partecipante! E la magia dell'incontro di persona si è sprigionata tra lacrime, risate, riflessioni e consapevolezze, vecchie e nuove. Grazie a chi c'era e ha fatto questo pezzettino con noi!

Marco Andreoli

IL COUNSELING INCONTRA L'ARTE

Incontriamo Carla Rodinò, allieva del primo anno del Master in Counseling di Aspic Piemonte-Liguria e Reggio Calabria, all'interno della nostra rubrica "Il Counseling incontra l'Arte", in quanto esperta di fotografia.

D: Buongiorno Carla, grazie per aver accettato il nostro invito. Quando è avvenuto il tuo contatto con la fotografia?

R: Amo la fotografia da sempre. Negli ultimi anni ho cercato di approfondire questa mia passione, ho fatto corsi, ho comprato libri, ho preso la Reflex e sono andata in giro a fare fotografie.

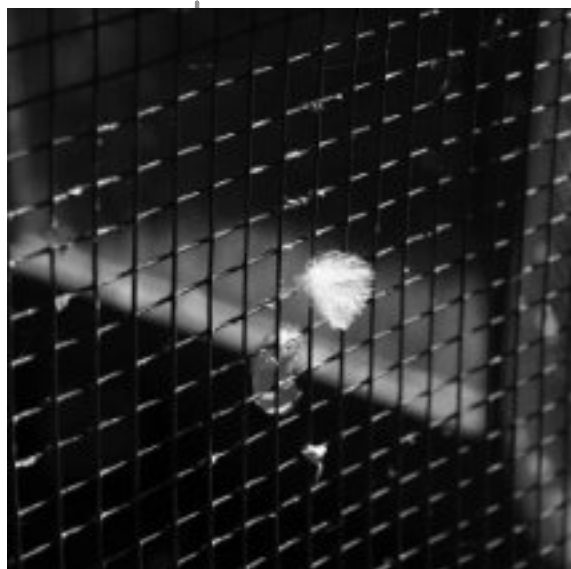
D: Cosa ti piace di più del fotografare? E poi, ti piace di più fotografare persone o paesaggi o cos'altro?

R: Io dico sempre che a me la fotografia genera benessere, per cui ogni volta io sento la necessità di riappacificarmi con il mondo o anche momenti in cui mi sento particolarmente felice, mi viene spontaneo andare in giro a fotografare qualunque cosa. E' un motore spontaneo di benessere.

D: E invece com'è che ti sei avvicinata al Counseling? E' una passione più recente?

R: Il Counseling tratta tematiche che mi hanno sempre interessato e incuriosito e non appena ho scoperto che anche nella mia città c'era un corso non ho esitato a contattarvi!

D: Quali sono, se ci sono, i punti di contatto tra fotografia e counseling?

Il punto d'incontro per me è la relazione. La relazione tra me che guardo qualcosa e l'oggetto o la situazione che sto osservando e che viene catturato dalla fotografia. E nello studio circa il come bilanciare la luce che investe l'oggetto o la situazione che voglio fotografare: la mia macchina il mio modo di guardare l'oggetto deve essere calibrato rispetto a quanta luce emana l'oggetto stesso.

In questa misura io vedo molte analogie col counseling perché nel counseling esiste una esplorazione che viene bilanciata dall'orecchio di chi ascolta, quindi interessante è il legame che c'è tra oggetto e soggetto (nella fotografia) e tra soggetto e soggetto (nel counseling).

D: interessante questo che dici. E' come se a operare questo bilanciamento fosse l'occhio nella fotografia e l'orecchio nel counseling…

R: Esattamente. Si esplora l'altro per esplorare se stessi. Questo, secondo me, è il legame profondo tra le due "Arti".

D: Bello! La relazione, in entrambi i casi, sembra essere fondamentale…

R: E' sempre la stessa cosa. L'ascolto, dal mio punto di vista, cambia rispetto al vissuto e l'interiorità di chi ascolta. Parte dal soggetto, si dirige verso l'esterno per poi tornare al soggetto. Lo stesso oggetto può essere fotografato in mille modi diversi così come la stessa persona può essere ascoltata in mille modi diversi e questo secondo me è molto affascinante.

D: Ma tutta questa modernizzazione della fotografia, il digitale, ha fatto perdere un po' di romanticismo secondo te, oppure tu sei di quelli che apprezzano le innovazioni tecnologiche?

R: Ma secondo me le innovazioni danno molto spazio alla fantasia, proprio perché c'è tanto di soggettivo nella foto e la possibilità di rappresentare ancora di più questo aspetto grazie a nuovi strumenti tecnici può solo aiutare.

Bene allora, ricordando che la fotografia è stata inventata nel 1837 ed ha la sua giornata internazionale (19 agosto) mentre il counseling è un po' più giovane e magari un giorno anche lui avrà la sua giornata internazionale, noi ti ringraziamo per questa chiacchierata e auguriamo buona fotografia e buon counseling a te e a tutti!

Marco Andreoli

UN ANNO DI ATTIMI FA ANCHE QUESTO...

Avrei potuto scrivere su Facebook un lungo post ma preferisco "Connessioni", dove scrivere e descrivere l'importanza del lavoro fatto sulle credenze, sull'io giudicante e su come trasformare giudizi iper critici su di sé in punti di forza di cui andar orgogliosa.

Molte volte, per adeguarmi ed evitare polemiche o situazioni critiche che mi rendono poco simpatica, ho assecondato il mal costume per poi lasciarmi prendere a randellate dal mio Giudice interiore e dopo quest'anno passato in vostra compagnia, ho scoperto che tutto il mondo NON è paese e che c'è gente in giro come voi che fa del dire anche il suo essere e che non predica bene per poi razzolare male.

Nello stare con voi, ascoltare le vostre oneste condivisioni, finalmente, mi sono sentita nel posto giusto ed è stato facile per me essere Claudia.

Sono giorni che mi ascolto e osservo e, dopo una crisi profonda che mi ha fatto dire cose poco carine a me stessa, giudicandomi in maniera severa ed erronea, ho compreso che il problema non è ciò che sono, ma quando smetto di affermarlo.

Tanto...poco simpatica per poco simpatica, chi se ne frega, ma la mia onestà intellettuale e umana non vuole compromessi e io sto bene così.

E allora, nelle mie giornate, mi ritrovo educatamente risoluta ad affermare il mio bisogno di legalità, rispetto delle regole e del buon vivere civile...e il mio Giudice si è messo magicamente in ferie a godersi il suo Negroni Sbagliato sdraiato sul divano a vedere una serie di Netflix.

Vedete, il concetto che non è solo cosa si dice, ma come lo si dice, è importante oltre che vero... Nell'osservarvi oltre che nell'ascoltarvi, ho compreso che se qui dove vivo il mio Essere mi ha creato e crea una rete sociale da ASOCIALE, di contro mi ha permesso di viaggiare per l'Italia attraverso Zoom ed incontrare da Nord a Sud, isole comprese, persone affini e provvidenziali per il mio benessere psichico, oltre che professionale.

La mia famiglia ringrazia per tanti motivi, ma soprattutto perché ad ogni Attimo degli ultimi 11 mesi è coinciso un salto evolutivo importante, non solo per me, ma anche per noi come nucleo.

Nel ringraziarvi oggi, vorrei ringraziare soprattutto me stessa per aver ascoltato la vocina interiore, che è forte come un ruggito e che mi ha permesso di cercare il meglio per me stessa.

Peppino De Filippo diceva: "Addà passà a nuttat"...io preferisco dire: "Addà passà n'attimo".

anteprime: L'UNIVERSO TI REGALA

A Dicembre, come tutti gli anni ormai da un po' di tempo (con, ovviamente, le pause forzate legate alla pandemia), ci ritroveremo con i nostri soci, allievi, ex-allievi, colleghi e amici per festeggiare insieme il Natale con una modalità che ormai è diventata una tradizione di Aspic Piemonte Liguria e Reggio Calabria e cioè "L'Universo ti regala". Chiediamo cioè a tutti coloro che decidono di fare festa con noi di presentarsi con un regalino natalizio impacchettato, di poco valore economico ma di alto valore simbolico, e mettiamo tutti i regalini nel grande sacco di Babbo Natale. Dopodichè ci scambiamo gli auguri e i regali, pescandoli al buio dal sacco dove li avevamo riposti. Ed essendo casuale, il regalo che arriva è come se fosse portato direttamente dall'Universo e spesso ha nessi significativi con la vita di chi lo riceve. Con l'occasione diplomeremo alcuni nostri allievi che hanno concluso il percorso di recente e anche due allievi che avevano terminato prima della pandemia e che poi si sono attardati con la tesi. Ma, più di tutto, sarà un'occasione per contattarci, salutarci, passare del tempo piacevole assieme e celebrare e rinforzare questa comunità di Counselor che si arricchisce ogni giorno di più. Appuntamento ad Alessandria il 18/12 alle 17.30 e a Pietra Ligure il 19/12 alle 19.30.

Marco Andreoli

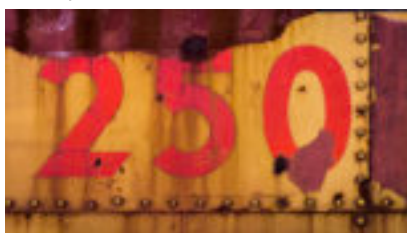
QUANDO IL COUNSELING
SI MANIFESTA IN TUTTA LA SUA ESSENZA

E a Novembre si è concluso anche il secondo Gruppo di Crescita organizzato a Reggio Calabria. In realtà dire che si è concluso, questa volta, non è proprio corretto. Quasi tutti i partecipanti, infatti, hanno chiesto di partecipare anche al prossimo ciclo che partirà da Gennaio 2023. Il GdC è un contesto delicato e assai complesso da gestire a mio parere. Per anni mi sono sentito non all'altezza di condurne, nonostante numerosi feedback di segno opposto che arrivavano dall'esterno, alcuni anche autorevoli. Spesso vedo Counselor neodiplomati lanciarsi nella conduzione di questa specifica forma di lavoro personale e, non lo nascondo, ne sono parecchio colpito. Sapete perché? Il GdC è la situazione in cui è più difficile fare del vero Counseling. Le persone portano sé stesse, non c'è modo di preparare nulla, a meno che non si propongano attività pilotate in serie, il Counselor deve affrontare l'effetto "Muro bianco", l'effetto "Oddio e adesso cosa gli/le dico?" e il proprio critico interiore che incalza e chiede risposte definitive, che risolvano la vita di chiunque e il prima possibile! Nel Gruppo di crescita, molto più che in qualunque altro contesto in cui si propone Counseling, "il counselor esegue bene il suo compito quando NON sa cosa fare. Non sapere cosa fare diventa dunque una disciplina, non una condizione in questo contesto" (cit. Mimmo Ciavarelli). Più accolgo il mio non saper cosa fare e la mia impotenza circa il non poter incidere sui meccanismi relazionali dell'altro e più co-creo magia assieme a lui che sta lavorando direttamente e al resto del gruppo che sta lavorando "di sponda". Se non sono disposto a correre questo rischio e a stare nell'incertezza, il mio Gruppo di Crescita si trasformerà facilmente in una serie di consigli non richiesti, ramanzine su come vivere la vita, interpretazioni un tanto al chilo e manipolazioni più o meno mascherate… Non solo! Ad ogni incontro, della durata di due ore e mezza, lavorano massimo due-tre persone e questo significa che hai circa mezz'ora a testa, considerando i feedback e i convenevoli… Dopo il terrore dei primi anni, adesso invece è una delle cose che più mi piace fare perché è la modalità in cui, più di ogni altra, entro in connessione totale col mondo della persona che sta lavorando e, per di più, lo faccio con il sostegno e l'energia di un gruppo e questo è impagabile. Tutto questo, non me ne voglia nessuno, al sud viene moltiplicato per due o per tre. Le persone sono generalmente più in contatto con le proprie emozioni e non hanno grosse difficoltà a esprimerle. Pochissimi si vergognano o hanno timore che ciò che diranno verrà usato contro di loro e il lavoro scorre fluido e potente! "Accordi in essere", questo il titolo

inventato dalla mia compagna di viaggio Claudia, è stato un viaggio potentissimo fin dal primissimo incontro. Nessuno dei presenti aveva mai lavorato con gli altri e, ci abbiamo anche scherzato su, due partecipanti hanno subito detto (erano le 18.25): "Fino alle 21??? Avevamo capito fossero solo due ore. Non ci passerà mai!". Le stesse partecipanti, insieme a tutti gli altri, hanno detto nel corso dell'ultimo incontro: "E' passato in un fiato, ogni singolo incontro ed il percorso intero!"…
Sono davvero grato all'Universo per la possibilità di vivere momenti come questi…
Sono grato a Claudia per tutto il lavoro "dietro le quinte", per la passione e per la co-conduzione che ormai è davvero alla pari.
Sono grato ad ognuno dei partecipanti per la fiducia nel portarci pezzi così delicati e meravigliosi delle loro essenze ed esistenze. A gennaio ricominciamo con un altro pezzo: "Le chiavi di Chirone", che porterà con sé la forza e la fierezza del centauro Chirone.
"Chirone rappresenta il buio e la luce, la ferita e la volontà di vivere. Chirone è il centauro, colui che per portare il messaggio deve perdersi. Colui che per portar luce deve bruciarsi. Colui che per portar guarigione deve ammalarsi. È l'umano che unisce la sua qualità terrena al Sole (personalità) e si erge oltre i confini di sé stesso, negli inferi (ciò che rimane nascosto) stellari, dove tutto si dissolve, dove il potere di creazione è al massimo, dove la forma non esiste più e si ritorna all'essenza: ecco che l'umano può tornare a casa. È l'orfano che ha perso tutto e si è dovuto arrendere al vuoto interiore, al dolore più grande che avrebbe dovuto portar con sé per sempre per la sua immortalità e sentirlo ogni giorno della sua vita. Chirone è la chiave: lo strumento che distrugge ogni gabbia".

Il GdC "Le chiavi di Chirone" ti vuole far ricordare come si fa, quali strumenti puoi usare e che quando li usi, anche se sono spaventosi, ti apriranno alla manifestazione del più grande potenziale che conservi dentro come essere umano - frammento del divino -. Andare oltre te stesso. La tua identità. Per tornare ad essere integro. Vi aspettiamo!

Marco Andreoli

DIAMO I NUMERI

Connessioni (la ripresa) compie un anno e inoltre siamo a Dicembre, notoriamente tempo di bilanci e resoconti. E allora viene naturale guardarci indietro e…dare i numeri di questo 2022, per noi di Aspic Piemonte-Liguria e Reggio Calabria forse il primo vero anno di ripresa attività dopo la nefasta pandemia.
Anche nel 2021 non eravamo stati con le mani in mano, ma in effetti la ripresa vera e propria è iniziata nel 2022.
E allora vediamolo nei numeri questo cambiamento:
8 i membri dello Staff stretto di Aspic Piemonte Liguria e RC che, a vario titolo, hanno collaborato e lavorato assieme per questa ripresa.
7 i membri dello Staff allargato, che comprende docenti esterni, colleghi e amici di Aspic P-L-RC che, anche loro in varie modalità, hanno contribuito alla rinascita della nostra attività.
3 Microcounseling avviati nell'anno con un numero complessivo di 24 iscritti.
1 Primo anno, avviato a seguito dei Microcounseling, con 16 iscritti totali.
4 i seminari residenziali organizzati per un totale di 46 partecipanti totali.
3 gli allievi portati al terzo anno a Roma che si diplomeranno entro l'anno.
5 gli allievi portati al secondo anno a Roma per la maratona di Luglio.
5 i tutor d'aula utilizzati nelle varie edizioni del Microcounseling e al Master
4 i Gruppi di Crescita avviati nell'anno (2 a Reggio Calabria, 1 a Pietra Ligure ed 1 On-line On-live), con complessivi 32 partecipanti.
22 le serate di supervisione organizzate nell'anno, 11 dedicate a Counselor neodiplomati o in formazione, 11 dedicate a Counselor esperti. Le prime con una presenza media di 9,8 persone, le seconde con una presenza media di 13,6 persone.
18 le serate dedicate al Counseling Lab e cioè l'addestramento al colloquio, novità di quest'anno di Aspic P-L e RC che ha registrato una media di 23,3 partecipanti

1 rassegna estiva di Counseling nelle spiagge di Liguria e Calabria con 6 appuntamenti tra luglio e settembre e 90 partecipanti totali.
3 i seminari on-line per Counselor esperti con una presenza media di 11,1 persone ciascuno.
20 gli incontri del ciclo "Attimi" realizzati con 10 diversi professionisti coinvolti e con una partecipazione media a incontro di 19 partecipanti.

550 gli euro raccolti in beneficenza in una sola serata di "Attimi" e devoluti all'Associazione Famiglie SMA per il progetto Vita Indipendente.

7 gli iscritti al Master da Reggio Calabria che a luglio 2023 a Roma faranno la loro comparsa alla Maratona con tutte le altre sedi d'Italia. Prima volta per Reggio Calabria.
2 le sedi trovate a Reggio Calabria: la prima da Aprile a Novembre 2022 e l'altra (speriamo quella definitiva) dal 1/12/2022.
41 gli sportelli di ascolto attivati sul territorio nelle varie sedi
1 la collaborazione con le altre 2 sedi della Calabria, Cosenza e Lamezia-Catanzaro al culmine della quale partirà a gennaio un master regionale condiviso tra tutti!

160 gli studenti accolti e ascoltati al Salone dell'Orientamento di Torino

13 i numeri di Connessioni da dicembre 2021, uno al mese, con 43 persone diverse che hanno prodotto articoli, per complessive 173 pagine che parlano di Counseling. Siamo partiti con numeri da 7-8 pagine (i primi mesi) ciascuno, per poi arrivare alla media di 16 pagine per numero negli ultimi 8 mesi, media raggiunta anche grazie ai numerosi contributi esterni che giungono in redazione.

144 gli articoli apparsi sul giornale. Il numero contenente la più nutrita presenza di articoli è quello di Marzo 2022 (quello celebrativo della nascita di Anita), che conta ben 17 articoli, quello con meno articoli è invece il numero di Aprile 2022 (abbiamo pagato lo sforzo precedente!), con soli 7 contributi presenti.

Poi abbiamo i numeri del web:

+294,2% di copertura della pagina Facebook rispetto al 2021.

+100% di copertura della pagina Instagram rispetto al 2021.

+158 nuovi follower sulla pagina Facebook per un totale di 3509 utenti.

+315,8% l'incremento dei follower Facebook rispetto al 2021.

4757 visite dal 1 gennaio alla nostra pagina Facebook, con un incremento rispetto al 2021 del 607,9%.

Il nostro sito web, da Aprile 2022, momento in cui abbiamo cominciato a monitorarlo, ha registrato più di 2000 utenti che lo hanno visitato.
Da settembre ad oggi ci sono stati 997 utenti per un totale di 1026 visitatori con un incremento del 42,6% e sul totale del 40,2%.

In più adesso, il tempo medio di coinvolgimento dei nostri contenuti ha avuto un incremento dell' 11,9 %.

Infine, il numero di azioni che i visitatori compiono sul sito (link, documenti, ecc.) è aumentato del 58,1%.

Insomma, una scorpacciata di numeri che fa venire voglia di rimboccarci le maniche e proseguire sulla strada intrapresa, anche nell'imminente 2023!

Marco Andreoli e Lorenzo Dorati

appuntamenti

3/12 ORE 9:30-18:00 TERZO ANNO DEL MASTER IN COUNSELING

05/12 ORE 19:00-21:30 COUNSELING LAB, ADDESTRAMENTO AL COLLOQUIO, XVII INCONTRO, CONDOTTO DA MARCO ANDREOLI

06/12 ORE 19:00-21:30 MICROCOUNSELING ONLINE SU ZOOM

07/12 ORE 19:00-21:30 SUPERVISIONE PROFESSIONAL PER COUNSELOR NEODIPLOMATI I IN FORMAZIONE, CONDOTTA DA MARCO ANDREOLI

12/12 ORE 19:00-21:30 COUNSELING LAB, ADDESTRAMENTO AL COLLOQUIO, XVIII INCONTRO, CONDOTTO DA MARCO ANDREOLI

13/12 ORE 19:00-21:30 PRIMO ANNO DEL MASTER IN COUNSELING/MICROCOUNSELING ON LINE

14/12 ORE 19:00-21:30 SUPERVISIONE ADVANCED SU ZOOM PER COUNSELOR ESPERTI, CONDOTTA DA MARCO ANDREOLI

15/12 ORE 19:00-21:00 VENTESIMO APPUNTAMENTO CON IL CICLO DI INCONTRI ATTIMI "CHIUDIAMO IN MERAVIGLIA" CONDOTTO DA SARA CAMUSSA

17/12 ORE 9:30-18:00 MICROCOUNSELING ONLINE SU ZOOM

18/12 ORE 17.30-19.00 L'UNIVERSO TI REGALA E CONSEGNA DIPLOMI DI COUNSELING AD ALESSANDRIA IN PRESENZA

19/12 ORE 19.30-21.00 L'UNIVERSO TI REGALA E CONSEGNA DIPLOMI DI COUNSELING A PIETRA LIGURE IN PRESENZA

E vi ricordiamo il nostro motto che e':

VIVA IL COUNSELING DEI COUNSELOR!